



INBJUDER TILL EN KURS I

# HLR (Hjärt-lungräddning)

**Fredagen den 26 april 2019 — kl. 10:00 – 12:00**

**Antal deltagare:** Minst 6 deltagare – Max 15.

**Kurslängd:** 1,5 till 2 timmar

**Plats:** Ravinens klubbstuga vid Hellasgården.

**Anmälningavgift:** 100:-

*(Luffarligan har subventionerat kurskostnaden med ca 90%)*

**Anmälan:** [luffarligan.martin@gmail.com](mailto:luffarligan.martin@gmail.com).

Först till kvarn gäller. Bekräftelse på deltagande skickas ut till er och först när ni fått den, betalar ni in anmälningavgiften 100 kr så fort som möjligt på vårt **Swish-nummer 123 356 94 49** eller till **PG 687999-3**.

*Anmälningavgiften bör vara på Luffarligans konto senast den 12/4 för att anmälan ska vara giltig.*

**Genomförande:** Utbildningarna genomförs av certifierade instruktörer. Utbildningarna genomförs enligt utbildningspolicy med 70% praktiska övningar och 30% teori.

**Hjärt-lungräddning:** Varför hjärt-lungräddning • De första kritiska minuterna • Kedjan som räddar liv • Kontrollera livstecken • Skapa öppen luftväg • Lägga en medvetslös person i stabilt sidoläge • Larma på rätt sätt • Hjärt-lungräddning vid hjärtstopp.

**Luftvägsstopp:** Identifiera och åtgärda luftvägsstopp

**Hjärtstartare:** Information • Demonstration • Apparatgenomgång • Användning av en hjärtstartare på ett säkert och effektivt sätt.